*Памятка. «Профилактика нарушения слуха, зрения, самоухода и самопомощи»*

*Профилактика нарушения слуха:*

* Подбирать слуховой аппарат необходимо под контролем специалиста
* Предупреждать о воспалительных процессах в органах слуха медицинскому работнику
* Нужно оберегать уши от холода
* При виданном ухудшении слуха необходимо обратиться к врачу
* Держать уши нужно всегда в чистоте
* По возможности избегать громких звуков



*Профилактика нарушения зрения:*

* Чаще моргать
* Глазам нужно давать отдых
* Избегать слабого, тусклого освещения
* Не забывать уход за глазами, увлажнять их
* Беречь глаза от травм и повреждений
* Не тереть глаза грязными руками



 Берегите себя!!!

*Профилактика нарушения самоухода и самопомощи:*

* Обеспечивать больному возможность участвовать в общих беседах
* Все проблемы лучше обсуждать вместе с больным
* Поощрять больного
* Уделять ему больше внимания и ухода
* Проводить мероприятия личной гигиены
* Удовлетворять по возможности основные жизненные потребности

